



KOSMETOLOGIA

BARBARA JAROSZEWSKA

WYDAWNICTWO ATENA

KOSMETOLOGIA

BARBARA
JAROSZEWSKA

WYDAWNICTWO ATENA

SPIS TREŚCI

| | |
|--|------------|
| 1. WIADOMOŚCI WSTĘPNE | 5 |
| RYS HISTORYCZNY KOSMETYKI | 5 |
| CEL I ZADANIA KOSMETYKI | 8 |
| ZAWÓD — KOSMETYCZKA | 9 |
| URZĄDZENIE GABINETU KOSMETYCZNEGO Z PUNKTU WIDZENIA HIGIENY I ESTETYKI | 11 |
| 2. BUDOWA I FIZJOLOGIA SKÓRY | 16 |
| 3. UWAGI OGÓLNE NA TEMAT MIĘŚNI GŁOWY | 26 |
| FIZYCZNE I BIOLOGICZNE WŁAŚCIWOŚCI MIĘŚNI | 27 |
| MIĘŚNIE GŁOWY I SZYI ZE SZCZEGÓLNYM UWZGLĘDNIENIEM MIĘŚNI MIMICZNYCH TWARZY | 28 |
| 4. MASAŻ | 49 |
| PODSTAWOWE WIADOMOŚCI O MASAŻU | 51 |
| FIZJOLOGICZNE DZIAŁANIE MASAŻU NA ORGANIZM CZŁOWIEKA | 52 |
| RODZAJE MASAŻU | 55 |
| PRZYGOTOWANIA DO MASAŻU | 57 |
| MASAŻ TWARZY | 59 |
| MASAŻE KOSMETYCZNE NIEKTÓRYCH SZKÓŁ POLSKICH I ZAGRANICZNYCH | 82 |
| MASAŻ POSZCZEGÓLNYCH CZĘŚCI CIAŁA | 84 |
| APARATY UZUPEŁNIAJĄCE MASAŻ RĘCZNY | 90 |
| 5. PIELĘGNOWANIE KOŃCZYN GÓRNYCH | 91 |
| PIELĘGNOWANIE RAMION | 91 |
| PIELĘGNOWANIE ŁOKCI | 92 |
| PIELĘGNOWANIE RĄK | 93 |
| PAZNOKIEĆ | 93 |
| MANIKIUR | 94 |
| MANIKIUR BIOLOGICZNY | 96 |
| MANIKIUR FRANCUSKI | 96 |
| ZABIEGI PIELĘGNACYJNE RĄK | 97 |
| 6. PIELĘGNOWANIE KOŃCZYN DOLNYCH | 100 |
| PEDIKIUR | 100 |
| DOLEGLIWOŚCI STÓP | 101 |
| 7. PIELĘGNOWANIE OCZU I UPIĘKSZANIE ICH OPRAWY | 108 |
| ŚRODKI DO PIELĘGNOWANIA BRWI I RZĘS | 109 |
| ŚRODKI I MATERIAŁY DO FARBOWANIA BRWI I RZĘS | 109 |
| PRZECIWSKAZANIA DO FARBOWANIA BRWI I RZĘS | 110 |
| PRZYGOTOWANIE DO FARBOWANIA | 110 |
| FARBOWANIE | 111 |
| REGULACJA BRWI | 112 |
| TRWAŁA NA RZĘSY | 113 |
| 8. ZIOŁA, OWOCE WARZYWA W KOSMETYCE | 114 |
| ANTYBIOTYKI, AZULENY, HORMONY ROŚLINNE, PEKTYNY, SAPONINY, WITAMINY, ZWIĄZKI FLAWONOWE, GARBNIKI, ZWIĄZKI KRZEMU, ZWIĄZKI ŚLUZOWE | 115 |
| DZIAŁANIE I ZASTOSOWANIE ZIOŁ, OWOCÓW I WARZEW | 126 |
| UŻYWANYCH W KOSMETYCE | 126 |
| SPOSOBY PRZYRZĄDZANIA ZIOŁ | 142 |
| 9. MASKI KOSMETYCZNE | 144 |
| RODZAJE MASEK KOSMETYCZNYCH | 144 |
| PRZYGOTOWYWANIE, NAKŁADANIE I ZDEJMOWANIE MASEK KOSMETYCZNYCH | 146 |

| | |
|--|------------|
| PRZYKŁADY MASEK KOSMETYCZNYCH DLA RÓŻNYCH CER | 148 |
| 10. GIMNASTYKA WYRÓWNAWCZA MIĘŚNI MIMICZNYCH | 152 |
| PRAWIDŁOWA POZYCJA CIAŁA | 153 |
| GIMNASTYKA MIĘŚNI MIMICZNYCH | 153 |
| 11. DIAGNOSTYKA KOSMETYCZNA | 159 |
| RODZAJE CERY | 159 |
| WPŁYW CZYNNIKÓW ZEWNĘTRZNYCH NA SKÓRĘ | 163 |
| WPŁYW CZYNNIKÓW WEWNĘTRZNYCH NA SKÓRĘ | 163 |
| WPŁYW ODŻYWIANIA | 164 |
| BADANIE SKÓRY I JEJ PRZYDATKÓW | 169 |
| 12. PIELĘGNOWANIE CERY | 172 |
| PIELĘGNOWANIE CERY W DOMU | 172 |
| PIELĘGNOWANIE CERY W GABINECIE KOSMETYCZNYM | 175 |
| PRZYKŁADY ZABIEGÓW KOSMETYCZNYCH UWZGLĘDNIAJĄCYCH WŁAŚCIWOŚCI INDYWIDUALNE CERY | 178 |
| 13. KOSMETYKA LECZNICZA | 194 |
| NAJCZĘSTSZE SCHORZENIA | 194 |
| LECZNICZE OCZYSZCZANIE SKÓRY | 198 |
| ZŁUSZCZANIE NASKÓRKA | 199 |
| 14. APARATURA STOSOWANA W KOSMETYCE | 201 |
| LAMPY WYSYŁAJĄCE PROMIENIE CIEPLNE I ŚWIETLNE | 201 |
| LAMPY EMITUJĄCE PROMIENIE NADFIOLETOWE | 203 |
| DZIAŁANIE PROMIENIOWANIA ULTRAFIOLETOWEGO NA ORGANIZM | 205 |
| APARATY WYTWARZAJĄCE PARĘ | 207 |
| APARATY DO NAWILŻANIA I OCZYSZCZANIA SKÓRY | 207 |
| LASER BIOSTYMULACYJNY W KOSMETOLOGII | 210 |
| DZIAŁANIE BIOLOGICZNE PROMIENIOWANIA LASEROWEGO | 210 |
| ULTRADŹWIĘKI | 212 |
| 15. PRĄDY STOSOWANE W ELEKTROLECZNICTWIE KOSMETYCZNYM | 215 |
| PROCESY ELEKTROBIOLOGICZNE ZACHODZĄCE W KOMÓRKACH | 218 |
| 16. APARATURA DO USUWANIA NIEKTÓRYCH DEFECTÓW SKÓRY (NADMIERNE OWŁOSIENIE, TELEANGIEKTAZJE, BRODAWKI ZWYKŁE I INNE) | 237 |
| ZABIEGI LECZNICZE WYKONYWANE ZA POMOCĄ PRĄDU GALWANICZNEGO I PRĄDÓW WIELKIEJ CZĘSTOTLIWOŚCI | 237 |
| LASERY W DERMATOLOGII | 240 |
| USUWANIE NADMIERNEGO OWŁOSIENIA LASEREM | 241 |
| METODY I APARATY DO USUWANIA NADMIERNEGO OWŁOSIENIA | 242 |
| 17. NIEKTÓRE WADY I CHOROBY SKÓRY SPOTYKANE W GABINECIE | 243 |
| CHOROBY WIRUSOWE SKÓRY | 243 |
| ROZSZERZONE NACZYNNIA KRWIONOŚNE NA TWARZY | 246 |
| ZNAMIONA NACZYNNIOWE (NACZYNNIAKI) | 247 |
| LECZENIE NACZYNNIAKÓW | 248 |
| ZABURZENIA BARWNIKOWE | 249 |
| ZNAMIONA BARWNIKOWE (NAEVI PIGMENTOSI) | 251 |
| ŁĄCZNOTKANKOWE NOWOTWORY ŁAGODNE SKÓRY | 253 |
| NADMIERNE OWŁOSIENIE | 254 |
| ZAKAŻENIA BAKTERYJNE SKÓRY | 257 |
| CELLULIT | 259 |
| 18. ZMIANY NA SKÓRZE A NOWOTWORY ZŁOŚLIWE | 263 |
| NOWOTWORY ZŁOŚLIWE SKÓRY | 264 |

| | |
|--|------------|
| 19. PIELĘGNOWANIE PIERSI I DEKOLTU | 266 |
| BUDOWA ANATOMICZNA, KSZTAŁT, UMIEJSCOWIENIE I WYMIARY PIERSI | 266 |
| ROZWÓJ GRUCZOŁÓW PIERSIOWYCH | 268 |
| WPŁYW HORMONÓW NA GRUCZOŁY PIERSIOWE | 269 |
| PIELĘGNOWANIE PIERSI W DOMU | 270 |
| PRZYKŁADY ĆWICZEŃ WZMACNIAJĄCYCH MIĘŚNIE PIERSIOWE | 270 |
| PIELĘGNOWANIE PIERSI W GABINECIE KOSMETYCZNYM | 272 |
| PRZYKŁADY ZESTAWU ZABIEGÓW STOSOWANYCH PRZY PIELĘGNACJI PIERSI W GABINECIE W ZALEŻNOŚCI OD RODZAJU SKÓRY | 273 |
| MASAŻ PIERSI KOBIECYCH | 274 |
| MASAŻ PIERSI ZA POMOCĄ APARATU STYMULACYJNEGO | 275 |
| NATRYSKI | 275 |
| PIELĘGNOWANIE PIERSI A MACIERZYŃSTWO | 276 |
| DEFEKTY BIUSTU I CHOROBY GRUCZOŁÓW SUTKOWYCH | 276 |
| ZAPOBIEGANIE NOWOTWOROM SUTKA | 277 |
| PIELĘGNOWANIE DEKOLTU | 278 |
| 20. PIELĘGNOWANIE CAŁEGO CIAŁA | 279 |
| PIELĘGNOWANIE CIAŁA W DOMU | 279 |
| ZABIEGI W GABINECIE KOSMETYCZNYM | 281 |
| 21. USZKODZENIA SPOWODOWANE ŚRODKAMI KOSMETYCZNYMI LUB NIEPRAWIDŁOWYM WYKONANIEM ZABIEGU | 287 |
| 22. METODY ODMŁADZANIA (NIEKTÓRE) | 291 |
| 23. CHIRURGIA KOSMETYCZNA, A WSPÓŁPRACA Z CHIRURGIEM ESTETYKIEM | 296 |
| 24. KOSMETYKA UPIĘKSZAJĄCA | 298 |
| KORYGOWANIE KSZTAŁTU TWARZY ZA POMOCĄ PODKŁADÓW RÓŻU I PUDRU | 301 |
| MAKIAŻ BRWI, OCZU I UST W ZALEŻNOŚCI OD TYPU TWARZY | 308 |
| WYKONANIE MAKIAŻU | 320 |
| RODZAJE MAKIAŻU | 322 |
| 25. PIELĘGNOWANIE WŁOSÓW I SKÓRY OWŁOSIONEJ GŁOWY | 326 |
| PREPARATY DO PIELĘGNOWANIA WŁOSÓW | 326 |
| ZABIEGI FRYZJERSKIE A PIELĘGNACJA WŁOSÓW | 328 |
| PIELĘGNOWANIE WŁOSÓW W DOMU | 329 |
| ZABIEGI PIELĘGNACYJNE W GABINECIE KOSMETYCZNYM | 332 |
| 26. ZAGROŻENIA W PUNKTACH USŁUGOWYCH MANIKIUR-PEDIKIUR. USTALENIA SANE- PIDU DOTYCZĄCE STOSOWANIA ŚRODKÓW DEZYNFEKUJĄCYCH ORAZ APARATÓW DO STERYLIZACJI NARZĘDZI W GABINETACH KOSMETYCZNYCH | 336 |
| CHOROBY SZERZĄCE SIĘ DROGĄ NARUSZENIA CIĄGŁOŚCI TKANEK | 336 |
| PROCEDURA POSTĘPOWANIA PRZY ZABIEGACH | |
| PRZERWANIA CIĄGŁOŚCI TKANEK | 338 |